

LEANDRO SABINO KALINOWSKI

**PROPOSTA METODOLÓGICA PARA O ENSINO DO *JU-JITSU BRASILEIRO*:
DA EDUCAÇÃO INFANTIL AO ENSINO FUNDAMENTAL.**

Monografia apresentada como requisito parcial para conclusão do Curso de Licenciatura em Educação Física, do Departamento de Educação Física, Setor de Ciências Biológicas, da Universidade Federal do Paraná.

Prof. Dr. SERGIO LUIZ CARLOS DOS SANTOS

Deus, o que seria de mim sem a fé que eu tenho nele.

Aos meus pais, irmã, minha noiva, meu filho e a toda minha família que, com muito carinho e apoio, não mediram esforços para que eu chegasse até esta etapa de minha vida. Principalmente minha noiva Marina que acompanhou todo esse processo e as noites mal dormidas, incentivando e apoiando a conclusão desse trabalho.

AGRADECIMENTOS

Ao professor Dr. Sergio Luiz Carlos dos Santos pela paciência na orientação e incentivo que tomaram possível a conclusão desta monografia.

A todos os professores do Departamento de Educação Física da UFPR, que foram tão importantes na minha vida acadêmica e no desenvolvimento desta monografia.

Aos amigos e colegas, pelo incentivo e pelo apoio constantes.

A todos aqueles que, direta ou indiretamente, colaboraram para que este trabalho consiga atingir aos objetivos propostos.

Saiba que seu destino é traçado pelos seus próprios pensamentos, e não por alguma força que venha de fora. O seu pensamento é a planta concebida por um arquiteto para construir um edifício denominado prosperidade. Você deve tornar o seu pensamento mais elevado, mais belo e mais próspero.

Martin Luther King

SUMÁRIO

RESUMO	vi
ABSTRACT	vii
APRESENTAÇÃO	1
1. INTRODUÇÃO	2
2. PROBLEMA.....	3
3. OBJETIVOS.....	4
3.1 GERAL	4
3.2 ESPECÍFICOS	4
4. JUSTIFICATIVA	5
4.1 PESSOAL.....	5
4.2 ACADÊMICA	5
4.3 SOCIAL	6
5. REVISÃO DE LITERATURA	6
5.1 HISTÓRICO.....	6
5.1.1 Ju-Jitsu no Japão	7
5.1.2 Ju-Jitsu no Brasil	11
5.2 OS MOVIMENTOS CORPORAIS DO JU-JITSU BRASILEIRO.....	12
5.2.1 Elementos técnicos Ju-Jitsu brasileiro.....	12
5.2.2 Técnicas e Posições do <i>Ju-Jitsu brasileiro</i>	13
5.3 A COMPETIÇÃO E AS CARACTERÍSTICAS DO JU-JITSU BRASILEIRO.....	15
5.3.1 Área de Competição	15
5.3.2 Composição.....	16
5.3.3 Arbitragem	17
5.3.4 Gestos	20
5.3.5 Desistência	21
5.3.6 Faltas.....	22
5.3.7 Kimono	23
5.3.8 Categorias	25
6. O JU-JITSU BRASILEIRO E O DESENVOLVIMENTO MOTOR.....	26

7. ESTÁGIOS DE DESENVOLVIMENTO MOTOR DE GALLAHUE E O JU-JITSU BRASILEIRO	27
8. PROPOSTA METODOLÓGICA PARA O ENSINO DO JU-JITSU BRASILEIRO.	35
9. METODOLOGIA	38
10. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	38
11. REFÊRENCIAS	40
ANEXOS	Erro! Indicador não definido.

RESUMO

PROPOSTA METODOLÓGICA PARA O ENSINO DO *JU-JITSU BRASILEIRO*: DA EDUCAÇÃO INFANTIL AO ENSINO FUNDAMENTAL

O seguinte trabalho de pesquisa apresenta uma proposta metodológica de ensino do *Ju-Jitsu brasileiro* para crianças da educação infantil e do ensino fundamental em escolas, apontando as relações entre sua prática e o desenvolvimento motor. Com o intuito de desmistificar essa modalidade, que por vezes é erroneamente associada à violência, retoma-se o histórico do *Ju-Jitsu* esclarecendo a filosofia e os valores reais desse esporte sob os aspectos social, histórico e cultural. No desenvolvimento do estudo são sugeridas algumas atividades que devem – quando necessário – ser adaptado à realidade do espaço físico, número de participantes, materiais disponíveis, objetivando sempre a segurança dos alunos, sem perder o estímulo e a coerência com o restante da proposta. A metodologia de pesquisa utilizada no presente estudo é baseada em pesquisas a autores especializados em desenvolvimento motor, modalidades de luta e as diretrizes que regem o ensino da educação física no Brasil, o que permite a realização da pesquisa sobre o ensino do *Ju-jitsu brasileiro* direcionando a criança, mais especificamente em escolas; para atualização de dados e consultas específicas sobre o tema foi utilizado um recurso que agilizou o trabalho: a internet. O presente trabalho caracteriza-se por ser exclusivamente de pesquisa de revisão e literatura. (THOMAS, 2002).

Palavras chaves: Ju – Jitsu; Desenvolvimento motor; Metodologia.

ABSTRACT

METHODOLOGICAL PROPOSAL OF BRAZILIAN JU-JITSU'S EDUCATION FOR CHILDREN OF INFANT AND BASIC EDUCATION

This research work presents a Methodological proposal of Brazilian Ju-Jitsu's Education for children of infant and basic education in, pointing the relations between practice and motor development. With intention to demystify this modality, that for many times is associated erroneously to violence, recovery the history of the Ju-Jitsu explaining the philosophy and the real values of this sport under the social, historical and cultural aspects. In the development of the study are suggested some activities that - when necessary - should be adapted to the reality of physical space, number of participants, materials available, aiming always the safety of the students, without losing the stimulus and consistency with the rest of the proposal. The methodology used in this research study is based on research and authors specializing in motor development, methods of struggle and the guidelines governing the teaching of physical education in Brazil, What enables the achievement of the research on the teaching of Brazilian ju-jitsu directing the child, especially in schools, to update data and specific queries on the subject was used a feature that streamlined the work: the Internet. This work is characterized by the search be solely for review and literature. (THOMAS, 2002).

Keywords: Ju- Jitsu; Motor Development; Methodological

APRESENTAÇÃO

O presente trabalho, baseado em estudos teóricos, sugere uma proposta de ensino do *Ju-Jitsu brasileiro* em escolas obedecendo para tanto as fases de desenvolvimento motor das crianças para as quais se destina. Também a adequação da modalidade aos parâmetros de ensino será uma das principais preocupações no desenvolvimento dessa pesquisa. Essa atividade atualmente é pouco difundida no âmbito escolar, além da falta de interesse dos professores pelo tema – devido a aspectos sociais e culturais – não há metodização do *Ju-Jitsu brasileiro*, especificamente para o contexto educacional, dificultando sua popularização enquanto atividade pedagógica.

A pesquisa exhibe também um histórico do *Ju-Jitsu*, antiga arte marcial¹ que deu origem a várias outras modalidades de luta e defesa pessoal que são praticadas hoje em dia, incluindo o *Ju-Jitsu brasileiro*. Norteando-se pelas fases de desenvolvimento estudadas por Gallahue², o estudo apresenta uma proposta metodológica inovadora, com a utilização de elementos teóricos e graduações adequadas às fases de desenvolvimento motor pertinentes as faixa etária das crianças, propostas pelo autor acima.

São sugeridas algumas atividades que devem – quando necessário – ser adaptadas à realidade do espaço físico, número de participantes, materiais disponíveis, objetivando sempre a segurança dos alunos, sem perder o estímulo e a coerência com o restante da proposta. A segurança do aluno é de suma importância, segundo Lacrampe e Néri³ (2000) que classificam a segurança como «Regles De Or» ou seja Regras de Ouro:

¹ As artes marciais são sistemas de práticas e tradições para treinamento de combate, usualmente (mas nem sempre) sem o uso de armas de fogo ou outros dispositivos modernos.

² David L. Gallahue é diretor e professor titular do departamento de Cinesiologia da faculdade de Educação Física, Saúde e Recreação da Indiana University, e pesquisador renomado nas áreas de desenvolvimento motor, aprendizado de habilidades motoras, atividade física e desempenho motor em crianças.

³ Yves Lacrampe e Jean-Philippe Néri são pesquisadores franceses sobre o tema de Luta escolar.

1. Não fazer mal;
2. Não fazer mal ao outro;
3. E não se deixar fazer mal.

1. INTRODUÇÃO

O *Ju-Jitsu brasileiro* evoluiu significativamente nos últimos anos como aumento do número de academias e conseqüentemente do número de praticantes da modalidade. Vem conquistando espaço no contexto social e tomando-se uma das mais importantes artes marciais⁴ praticadas no Brasil, mesmo sofrendo ainda certo preconceito por estar vinculado à violência e rotulado erroneamente como uma prática que não tem caráter disciplinador ou que não transmite valores aos seus praticantes.

Muitas técnicas do *Ju-Jitsu* foram aperfeiçoadas no Brasil pela família Gracie⁵, o que deu origem ao “*Ju-Jitsu brasileiro*”, admirado e praticado no mundo inteiro. Em sua tentativa de expandir-se como esporte, adotou certas regras que suscitaram conseqüentes limitações, mas independente desse aspecto o *Ju-Jitsu brasileiro* continua sendo uma luta muito reconhecida e com características próprias.

Assim como no Judô o enfoque é o conhecimento de projeções e no Caratê a especialidade são os golpes de percussão (chutes e socos), especificamente no *Ju-Jitsu brasileiro* os principais fundamentos e técnicas são os combates no solo.

Além do aprendizado de um tipo de defesa pessoal, esta prática proporciona benefícios para o corpo com o aumento do tônus muscular e da capacidade cardiovascular, auxilia ainda na saúde mental, ao favorecer a autoconfiança e a disposição dos seus atletas que também se socializam com os colegas de treinamento (GRACIE et al., 2003). Pode ser inclusive uma maneira de

⁴ A origem do termo artes marciais é ocidental e latina, uma referência às artes de guerra e luta. Sua origem é vinculada ao deus da guerra greco-romano Marte. Hoje o termo artes marciais é usado para todos os sistemas de combate de origem oriental e ocidental, com ou sem o uso de armas tradicionais.

⁵ Famílias de imigrantes Escoceses que vieram para o Brasil na década de 20 e, conforme registros foram os primeiros a aprender Ju-Jitsu.

aliviar a tensão e o *stress*, tomando-se uma ação relaxante. Contudo, apesar de todos os benefícios que o *Ju-Jitsu brasileiro* oferece, conforme apontamentos anteriores, não existem referências da sua prática por crianças e menos ainda no ambiente escolar.

2. PROBLEMA

A inexistência de uma proposta metodológica de ensino do *Ju-Jitsu brasileiro* na escola evoca essa pesquisa, que focaliza a aplicabilidade dessa prática no contexto escolar ao que se refere à atividade física, pois possui diversos conteúdos pedagógicos que associados a outros movimentos naturais pode prestar uma grande contribuição para o desenvolvimento motor e cognitivo. O que gera o seguinte problema de pesquisa: estabelecer algumas co-relações entre o desenvolvimento motor da criança e possíveis contribuições do *ju-jitsu brasileiro*, desenvolvendo uma proposta metodológica para o ensino do *ju-jitsu brasileiro* no âmbito escolar. Acerca desse problema o estudo pretende elucidar a seguinte questão: É possível contextualizar o *Ju-Jitsu brasileiro* com as fases de desenvolvimento motor propostas por Gallahue e propor uma metodologia que gere aplicabilidade para o mesmo no âmbito escolar?

A inclusão do *Ju-Jitsu brasileiro* no programa curricular das escolas remete a outro aspecto que é a inserção de profissionais da educação física capacitados para desenvolver um bom trabalho no processo educativo dessa modalidade de esporte de combate. Os docentes devem ter conhecimento geral do *Ju-Jitsu brasileiro* e a capacidade de transmitir todo conteúdo histórico e disciplinar, além de conhecer aspectos da prática e os valores educativos implícitos nela.

Para fins de pesquisa e para situar melhor o leitor serão usados dois termos distintos: *Ju-Jiçsu* – quando se referir à arte marcial inicial, sem as adaptações que sofreu no Brasil e *Ju-Jitsu brasileiro* – quando se referir àquele que foi adaptado e difundido no Brasil, pela Família Gracie, porém usualmente o *Ju-Jitsu brasileiro* também é denominado apenas como *Ju-Jiçsu*.

3. OBJETIVOS

3.1 GERAL

Estabelecer algumas co-relações entre o desenvolvimento motor da criança com as possíveis contribuições do *ju-jitsu brasileiro* e desenvolver uma proposta metodológica para a inserção do *Ju-Jitsu brasileiro* nos programas curriculares das escolas desde a educação infantil até o fim do ensino fundamental – fase pré-escolar a 8ª série, contribuindo com os ensinamentos dessa modalidade de esporte para formação pedagógica e social no processo de aprendizagem das crianças. A legislação educacional brasileira referente a currículo contempla nos Parâmetro Curriculares Nacionais o ensino das lutas nas aulas de Educação Física:

As lutas são disputas em que o(s) oponente(s) deve(m) ser subjugado(s), mediante técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa. Caracterizam-se por uma regulamentação específica, a fim de punir atitudes de violência e deslealdade. Podem ser citados como exemplo de lutas desde as brincadeiras de cabo-de-guerra e braço-de-ferro até as práticas mais complexas de capoeira, do judô e do caratê. (Ministério da Educação, Secretaria de Ensino Fundamental, 2001:49).

3.2 ESPECÍFICOS

- Esclarecer a filosofia e os valores reais do *Ju-Jitsu*, de maneira histórica, social e culturalmente;
- apontar elementos técnicos para a prática do *Ju-Jitsu brasileiro*, quedas, torções, estrangulamentos, pressões, imobilizações e colocação;
- apresentar como são realizadas as competições de *Ju-Jitsu brasileiro*, sua pontuação, arbitragem e área de luta;
- expor técnicas e posições do *Ju-Jitsu brasileiro*;

- indicar de que maneira o *Ju-Jitsu brasileiro* pode auxiliar no desenvolvimento motor.

4. JUSTIFICATIVA

4.1 PESSOAL

Pelo interesse pessoal que tenho por essa modalidade esportiva acredito que o *Ju-Jitsu brasileiro* é um campo pouco explorado que possui uma gama imensa de possibilidades pedagógicas a serem descobertas, estudadas e aplicadas. Em nosso ponto de vista estas possibilidades pedagógicas podem interagir harmonicamente com o âmbito escolar e pode auxiliar no desenvolvimento cognitivo e motor de crianças e pré-adolescentes, com novos conteúdos pedagógicos, diferentes dos propostos usualmente nas práticas da Educação Física Escolar, enriquecendo o acervo de conteúdos pedagógicos para que o profissional de Educação Física possa transformar suas aulas em classes atraentes e motivadoras para seus discentes.

4.2 ACADÊMICA

Por ser um tema pouco estudado na área acadêmica, se bem fundamentado teoricamente, a pesquisa pode dar suporte aos profissionais de educação física que tenham interesse em inovar sua prática pedagógica sem perder de vista a exploração de valores historicamente consolidados através da prática do ju-jitsu. O *Ju-Jitsu*, se bem aplicado pode ser mais um conteúdo pedagógico no contexto de diferenciar-se dos usualmente propostos (4 bols)⁶ e enriquecer as aulas diversificando o conteúdo curricular das escolas, ou seja, uma pesquisa que visa modificar a prática cotidiana na educação física escolar tradicional.

⁶ Linguagem utilizada por profissionais da educação física referindo-se aos 4 esportes mais comuns no âmbito escolar: futebol, voleibol, basquetebol e handebol.

4.3 SOCIAL

Justifica-se a inserção dos conhecimentos filosóficos do *Ju-Jitsu* e técnicos do *Ju-Jitsu brasileiro* no contexto escolar visto que esses preceitos podem auxiliar no desenvolvimento cognitivo, aplicando movimentos básicos relacionados ao desenvolvimento motor, ampliando o conhecimento corporal e outras valências inerentes ao ser humano.

5. REVISÃO DE LITERATURA

5.1 HISTÓRICO

O *Ju-Jitsu* é conhecido como “a Arte Suave” uma técnica de defesa pessoal que, com o mínimo de esforço – sem necessidade do uso de força bruta – permite ao mais fraco defender-se e derrotar um adversário fisicamente mais forte. “*Ceder para vencer*”, utilizar a força do oponente com técnicas eficientes e de modo inteligente, para sobrepujar a força bruta e a agressão (LEAL BINDA, 2000).

Apesar de contraditórias versões existentes sobre a gênese desta arte marcial, a origem do *Ju-Jitsu* é inegavelmente atribuída à Índia, berço das religiões e de cultura inigualável (LEAL BINDA, 2000). Monges budistas, de grande saber e de perfeito conhecimento do corpo humano, foram os criadores dessa eficaz forma de defesa pessoal que é considerado “O pai de todas as lutas orientais” (a luta olímpica têm origem em 3500 a C, sendo mais antiga que o Ju-Jitsu e muitos autores a consideram como a mãe dos esportes de combate). Os monges eram obrigados a percorrer pelo interior da Índia, em longas caminhadas, tendo que se defender contra assaltos de bandidos, os quais infestavam a região. Para sua defesa, utilizavam técnicas de “self defense”⁷ que permitia neutralizar seu oponente sem o uso de armas, o que seria um atentado à moral de sua religião. Assim nasceu o *Ju-Jitsu* com o espírito de defesa pessoal, que é sua essência como luta. A aplicação de leis da física propiciou aos seus praticantes fazer do *Ju-Jitsu* uma arte científica de luta (LEAL BINDA, 2000).

⁷ “Self-Defense” – Termo em inglês que significa defesa pessoal.

A disseminação do *Ju-Jitsu* pela Ásia, séculos mais tarde quando reinou na Índia o Devanampriya Priyadarsim, conhecido como o rei Asoka, que desenvolveu o Budismo criando milhares de monastérios dentro e fora da Índia. Desta maneira, o Budismo e, atrelado a ele, o *Ju-Jitsu* atingiram o Ceilão, a Birmânia e o Tibet. Depois o Sião e todo o sudeste da Ásia. Posteriormente, a China, e, finalmente, o Japão – onde cresceu e tomou grande impulso, emigrando em seguida para o ocidente. Acredita-se que a chegada do *Ju-Jitsu* no Japão é anterior ao nascimento de Cristo (LEAL BINDA, 2000).

Os japoneses, em seu período feudal, possuíam uma casta guerreira denominado samurais e estes eram peritos na arte do combate com sabres, longos e curtos, e também necessitavam saber combater em caso de perder sua arma no campo de batalha e a arte marcial utilizada por estes exímios guerreiros eram os diferentes estilos do Ju-Jitsu.

Antigamente havia vários estilos de *Ju-Jitsu* e cada lutador tinha seu estilo próprio. Por isso o *Ju-Jitsu* era conhecido por vários nomes, tais como: *kumiuchi*, *aiki-ju-jitsu*, *koppo*, *tai-jutsu*, *gusoku*, *oshi-no-mawari*, *yawara*, *hade*, *jutai-jutsu*, *shubaku* e outros.

No fim da era Tokugawa⁸, existiam cerca de 700 estilos de *Ju-Jitsu*, cada qual com características próprias. Alguns davam mais ênfase às projeções ao solo, torções e estrangulamentos, ao passo que outros enfatizavam golpes traumáticos como socos e chutes. A partir de então, cada estilo deu origem ao desenvolvimento de artes marciais orientais conhecidas atualmente de acordo com suas características de luta, entre elas o judô, o caratê e o aikidô.

5.1.1 Ju-Jitsu no Japão

No texto “O Mestre dos Mestres”, escrito por Rafael Werneck e Shu Inagaki (2005) é apresentada a incrível trajetória de *Conde Koma*⁹, o homem que trouxe o Ju-Jitsu para o Brasil, que inicia-se em 1878 com o nascimento de Mitsuyo Maeda, em uma pequena cidade chamada Aomori, localizada ao norte da ilha japonesa de

⁸ Ditadura militar feudal estabelecida no Japão em 1603 por Tokugawa Ieyasu e governada pelos xoguns da família Tokugawa até 1868.

⁹ Foi na Espanha que passou a ser chamado de Conde Koma.

Honshu e conhecida pelo forte frio que faz no inverno. Como a pobreza assolava a região no fim do século XIX muitos moradores se mudavam para Tóquio ou para outras cidades na tentativa de ganhar dinheiro e fugir do inverno. Felizmente, esse não foi o caso de Maeda, mandado pela família para estudar na escola da elite local, a Hirosaki Junior High School. Mitsuyo lá ficou até o ano de 1886, quando passou a estudar na Waseda High School, em Tóquio.

Entre os amigos, era conhecido pelo apelido de menino-sumô, em razão de seu grande fascínio pela arte que lhe fora ensinada por seu pai e das várias lutas que vencida contra colegas de escola.

Na época da universidade, Maeda foi estudar na Tóquio Specialist School (que hoje tem o nome de Waseda University e é reconhecida como excelente centro de ensino) e lá entrou para o clube de judô. Ao mesmo tempo, ele começou a freqüentar a Kodokan, famosa academia de judô que permanece em funcionamento até os dias atuais.

A Kodokan foi fundada por Jigoro Kano, um estudioso que juntou vários estilos do Ju-Jitsu antigo para criar o judô¹⁰. O auge do esporte ocorreu em 1964 quando recebeu o status de "olímpico" ao fazer parte dos Jogos de Tóquio. Mas isso aconteceu muito depois do tempo de Maeda e Kano, que praticaram um esporte que era a mistura de Ju-Jitsu e judô. Ambas as artes tinham elementos e técnicas de torção, herdados das antigas batalhas de samurais¹¹, que deveriam praticar um combate corpo a corpo, para sobreviver, no caso de suas espadas quebrarem no campo de guerra. Hoje em dia, o judô foi modificado e tornou-se um esporte de combate, deixando os preceitos de arte marcial remota aos antigos campos de batalha, da era do Japão feudal, uma vez que os lutadores treinam para ganhar o ouro olímpico tendo que obedecer a uma grande quantidade de regras e tempo de luta. (WERNECK e INAGAKI, 2005)

¹⁰ Arte que posteriormente se modernizaria tornando-se um esporte de muitas quedas, algumas imobilizações, mas nenhum soco ou chute.

¹¹ Os samurais eram a elite guerreira do Japão feudal e serviam como soldados especiais à aristocracia do Japão entre 1100 e 1867. Sua principal característica era a grande disciplina, lealdade e sua grande habilidade com a katana (espada japonesa longa) e com o tanto (espada japonesa curta).

Na Kodokan eram realizadas lutas de judô todos os meses. Maeda fez a sua primeira em 25 de dezembro de 1898. Vestindo a faixa-branca, ele derrotou facilmente cinco ou seis oponentes, começava ali uma trajetória incrível. Naquele mesmo 25 de dezembro Maeda seguiu vencendo todos os oponentes que surgiam a sua frente até que, depois de derrotar 15 adversários seguidos, recebeu o primeiro grau¹² da faixa-preta. Desconfia-se que Maeda treinou com afinco durante meses antes de tentar a sorte na Kodokan, pois não queria arriscar não ser bem sucedido. Homem de porte mediano para os padrões japoneses da época, seus 1,64m e 68kg não era o que poderia se chamar de atleta intimidador. Adorava beber saquê e cantar e não se fazia de rogado quando desafiado no meio da rua para uma briga. Não demorava a derrubar e nocautear o petulante que ousara cruzar seu caminho. Em constante evolução, foi promovido ao terceiro grau da faixa-preta em 1901 e se tornou instrutor de judô nas universidades de Tóquio, Waseda e Gakushuin, isto sem falar da escola militar onde também ministrava aulas.

Em 1904, Mestre Jigoro Kano aconselhou Maeda a viajar para os Estados Unidos, com a finalidade de expor aos norte-americanos as habilidades das artes marciais japonesas. Antes de partir, recebeu o quarto grau da faixa-preta das mãos de seu mestre. Mituyo Maeda deixou o Japão através do porto de Yokohama em novembro, chegando a São Francisco, na Califórnia, pouco antes do fim do ano.

Naquela época, os norte-americanos já conheciam um pouco sobre judô, uma vez que o então presidente, Theodore Roosevelt, era um grande fã do povo japonês e de sua cultura, chegando a ter um instrutor particular de judô. Em busca de melhorar a defesa pessoal, alguns militares americanos também já aprendiam judô em suas bases. Logo, cabia a Maeda e seus companheiros lutar contra os norte-americanos e provar a superioridade japonesa. Na famosa escola militar de West Point, Maeda enfrentou um jogador de futebol americano e praticante de

¹² Maiores informações sobre a obtenção de graus no *ju-jitsu* podem ser encontradas no endereço eletrônico da confederação brasileira de Jiu-Jitsu: <http://www.cbjj.com.br/graduacao.htm>

wrestling¹³. Depois de suas costas grudadas ao chão, o que nas regras do wrestling daria a vitória ao norte-americano, Maeda continuou lutando e venceu o combate com uma chave de braço, eles não aceitaram o resultado e propuseram um novo desafio, desta vez contra o companheiro de Maeda, um experiente aluno de Jigoro Kano – criador do Judô – chamado Tomita. Os estadunidenses da região acreditavam que enfrentar Tomita seria uma honra maior por se tratar de um lutador melhor (na verdade, Tomita era muito melhor professor do que realmente lutador). (WERNECK e INAGAKI, 2005)

Para desespero de Maeda, seu parceiro foi facilmente derrotado, e de forma embaraçosa para qualquer praticante de judô ao ser imobilizado pelo norte-americano. Após esse acontecimento, Tomita e Maeda se separaram, Maeda permaneceu na costa leste e Tomita foi para a costa oeste. Ansioso para recuperar a dignidade e a reputação do Judô, Maeda tentou combinar uma luta profissional. Conseguindo como adversário um campeão local de luta olímpica (wrestling); Maeda venceu, restaurando a honra do judô. No entanto não conseguia sobreviver apenas ensinando sua arte, pois, havia um grande desconhecimento do povo americano sobre o judô e o *Ju-Jitsu*.

A opção então foi rumar para Nova York, onde participou de várias lutas de vale-tudo para ganhar dinheiro. Na primeira, diante de um wrestler¹⁴ 20 centímetros maior e que gostava de ser chamado pela alcunha de "O menino açougueiro". Maeda derrubou o oponente várias vezes antes de finalizar na chave de braço. Três lutas e três vitórias, depois, uma delas diante do então campeão mundial dos pesos pesados de boxe, Jack Johnson. Maeda iniciava a tradição que seria seguida no Brasil por Helio Gracie e seus discípulos, ou seja, derrotar adversários muito mais altos e mais fortes.

A postura desafiadora de Mitsuyo Maeda conflitava com os princípios da Kodokan, por isso ao ganhar notoriedade passou a classificar sua arte puramente como Ju-Jitsu. (GRACIE, RENZO, ROYLER, 2003, p26,). Estima-se que *Conde Koma* (pseudônimo

¹³ Desporto no qual o praticante tenta derrotar um oponente sem atacá-lo com objetos inanimados, como uma arma. Atualmente, os três estilos olímpicos são o Estilo Livre, o estilo Greco-Romano e a luta feminina.

¹⁴ Praticante de wrestling ou luta olímpica.

adotado por Maeda) tenha feito entre mil e duas mil lutas, enfrentando wrestlers, pugilistas e praticantes de outras lutas, sem perder um único combate.

5.1.2 Ju-Jitsu no Brasil

Depois de muito viajar pelo mundo, em 1914 Mitsuyo Maeda desembarcou no Brasil, mais especificamente em Santos. Permaneceu pouco tempo na cidade do litoral paulista, instalando-se em Belém. Mitsuyo Maeda foi enviado ao Brasil em missão diplomática com o objetivo de receber os imigrantes japoneses e acomodá-los no país.

No início dos anos 20, o já famoso *Conde Koma* se envolveu na fracassada tentativa do império japonês de colonizar a Região Norte do Brasil. Acuada, foi ajudado por um homem com grande influência política na época, chamado Gastão Gracie, cuja família havia imigrado da Escócia. (WERNECK e INAGAKI, 2005)

Em retribuição à acolhida no momento em que era grande a rejeição aos japoneses no Brasil, Koma passou a ensinar sua arte ao mais velho dos filhos de Gastão: Carlos Gracie. São poucas e conflitantes as informações a respeito do período que Carlos recebeu aulas de Koma, mas estima-se que seja um período entre 2 e 4 anos.

Maeda transmitiu aos Gracie o início técnico de que necessitavam e também uma metodologia de ensino e uma filosofia muito boa: a de usar o combate contextualizado (real) como teste final da eficácia do estilo. Esse foi o legado que Maeda deixou para os Gracie no curto espaço de tempo em que deu aula para Carlos.

O japonês ensinou a Carlos Gracie os princípios fundamentais do Ju-Jítsu e do Judô, e Carlos repassava esse ensinamento para seus irmãos. Devido à sua frágil saúde, Hélio, o mais franzino dos Gracie, não podia treinar o Ju-Jitsu tradicional ensinado pelo seu irmão.

Observador, Hélio passou a acompanhar dos seus 13 aos 16 anos as aulas ministradas por Carlos. Aprendeu todas as técnicas e ensinamentos de seu irmão, mas para compensar seu biotipo, Hélio aprimorou a parte de solo tradicional, através do uso do dispositivo de alavanca, dando-lhe a força extra que o mesmo não dispunha, criando assim o *Ju-Jitsu brasileiro*. (WERNECK e INAGAKI, 2005)

Anos depois, em 1925, Carlos Gracie abriu sua própria academia de Ju-Jitsu para transmitir aos seus alunos ensinamentos e métodos que havia aprendido com Maeda e aperfeiçoando concomitantemente as técnicas desenvolvidas por ele e seus irmãos, disseminando sua arte ao longo dos anos.

5.2 OS MOVIMENTOS CORPORAIS DO JU-JITSU BRASILEIRO

O *ju-jitsu brasileiro* é composto de vários movimentos corporais que, para melhor visualização nesse trabalho foram divididos em: *elementos técnicos e técnicas e posições*.

5.2.1 Elementos técnicos Ju-Jitsu brasileiro

Os elementos técnicos característicos do *ju-jitsu brasileiro* são: *as quedas, torções, estrangulamentos, pressões e imobilizações*.

Quedas¹⁵

Quando o praticante realiza uma ação que desequilibra seu oponente, que vai ao solo. As formas de indução da queda utilizadas no *ju-jitsu brasileiro* são, em sua predominância, semelhantes as técnicas praticadas no Judô e são oriundas do *ju-jitsu*.

Torções¹⁶

As técnicas de torções são muito freqüentes no *ju-jitsu brasileiro*, sua intencionalidade é que o praticante permaneça em posição anti-anatômica a ponto de desistir do combate, utilizam-se técnicas específicas em membros ou articulações do corpo do oponente.

Estrangulamento¹⁷

Ao comprimir a região do pescoço de seu oponente, o praticante gera dificuldade de respiração até que o mesmo desista do combate. Os

¹⁵ Ver anexo nº 1

¹⁶ Ver anexo nº 2

¹⁷ Ver anexo nº 3

estrangulamentos podem ser realizados com o braço ou com as pernas em torno do pescoço, mas em sua predominância os estrangulamentos são realizados com o auxílio das lapelas do próprio kimono do praticante ou do adversário.

Pressões¹⁸

A pressão é utilizada – no momento em que o praticante pretende conquistar posições – para diminuir o espaço que o oponente tem para proceder qualquer tipo de movimento com o intuito de repelir a ação.

Imobilizações¹⁹

As imobilizações se encaixam no mesmo contexto das pressões, visam à estabilização das posições conquistadas para que se possa iniciar posteriormente movimentação de ataque.

5.2.2 Técnicas e Posições do *Ju-Jitsu brasileiro*

As principais técnicas e posições do *ju-jitsu brasileiro* são: *passagem de guarda, raspagem ou inversão, joelho na barriga, pegada pelas costas, montada, guarda e meia-guarda (terminologia própria do Ju-Jitsu brasileiro)*.

Passagem de guarda²⁰

Consiste em transpor as pernas do oponente, utilizando técnicas específicas e emprego de pressão para uma maior eficiência do movimento realizado, pode ser aplicada para iniciar uma ação com intuito de finalizar o combate posteriormente.

Raspagem ou inversão²¹

Essa é uma técnica bastante praticada no *ju-jitsu brasileiro* e consiste em inverter uma posição para que se possa realizar ataque, ou seja, um praticante

¹⁸ Ver anexo nº 4

¹⁹ Ver anexo nº 5

²⁰ Ver anexo nº 6

²¹ Ver anexo nº 7

que se encontra com seu oponente sobre ele, realiza um movimento de alavanca com as pernas e braços para inverte a posição.

Joelho na barriga²²

O joelho na barriga é uma posição, predominantemente, de preparo para a montada ou para uma tentativa de finalização. Consiste, como o próprio nome sugere, em posicionar o joelho sobre o abdômen do oponente, fazendo com que este fique imobilizado devido a pressão exercida sobre o músculo. Para que a posição seja executada perfeitamente, se faz necessário que o praticante faça uma pegada²³ na parte de trás da lapela do kimono do adversário próximo a nuca e do mesmo lado do corpo outra pegada na face lateral da calça ou na faixa, para que possa realizar a pressão.

Pegada pelas costas²⁴

A pegada pelas costas ou montada pelas costas é uma das posições mais eficientes, pois proporciona várias oportunidades de finalização do adversário. Para ser válida o praticante ao chegar às costas do oponente, deve posicionar seus pés em forma de “*ganchos*” na virilha do adversário para efetuar o ataque. Essa é a posição mais difícil de ser revertida se realizada corretamente pelo praticante.

Montada²⁵

A montada, juntamente com a *pegada pelas costas*, é a posição de ataque mais eficaz do *ju-jitsu brasileiro*, pois torna o adversário vulnerável a diversos tipos de ataque do praticante que a efetua. O executor estará posicionado sobre seu oponente – deitado em decúbito dorsal – como se estivesse “*montado em um cavalo*”, o que permite que sejam realizadas variáveis de: estrangulamentos, chaves de braço e chaves de perna.

²² Ver anexo nº 8

²³ Expressão utilizada pelos praticantes da modalidade para se referir ao ato de empunhar o kimono ou alguma parte do corpo durante o combate.

²⁴ Ver anexo nº 9

²⁵ Ver anexo nº 10

Guarda²⁶

A guarda é uma posição básica do *ju-jitsu brasileiro*, todo praticante dessa modalidade deve ter conhecimento da posição. É retratada da seguinte forma: o praticante se posiciona deitado em decúbito dorsal e enlaça seu adversário pela cintura com as pernas, cruzando os pés por trás para segurá-lo em sua guarda, neste momento o adversário se posiciona sobre ele de joelhos. Essa posição básica viabiliza tentativas de *raspagem* e de finalizações com chaves de braço, de ombro, ou estrangulamentos.

A guarda é uma técnica que permite algumas variações em seu modo de execução, como por exemplo, a *guarda aranha*, posição em que o praticante utiliza-se de braços, mãos e pernas na tentativa de controlar o adversário buscando uma *raspagem* ou até tentativas de finalização do combate. Outra variação de guarda é a “*guarda em ganchos*”, na qual o praticante utilizando-se dos pés, que irão ser flexionados em forma de gancho, poderá executar raspagens com o objetivo de alcançar uma posição mais favorável no combate.

Meia-guarda²⁷

Essa posição difere da técnica de guarda descrita acima no que se refere ao alvo do enlace das pernas do praticante, que deve estar posicionado ao solo para prender uma das pernas de seu adversário. A meia-guarda é uma técnica que viabiliza ao praticante a realização de várias posições do *ju-jitsu brasileiro*.

5.3 A COMPETIÇÃO E AS CARACTERÍSTICAS DO JU-JITSU BRASILEIRO

5.3.1 Área de Competição

Conforme a confederação brasileira de Jiu-Jitsu área de competição é considerada toda a área que componha o palco da competição e poderá ser composta de uma ou mais *áreas de lutas*, possui profissionais de apoio nos determinados segmentos: direção dos trabalhos, arbitragem, cronometristas,

²⁶ Ver anexo nº 11

²⁷ Ver anexo nº 12

fiscais e seguranças. Um *departamento disciplinar* deve ser convocado pela diretoria que atuará no julgamento durante o evento e poderá punir qualquer conduta antiesportiva ou ética de técnicos-professores e atletas, atua também junto aos árbitros e assistentes que se mantenha no recinto da competição se os mesmos estiverem atrapalhando o bom andamento do evento em questão.

As áreas de luta são compostas de no mínimo 64m² e no máximo de 100m², divididas da seguinte maneira: *área interna, ou área de combate*, com 36m² e *área de segurança* com tatames envolvendo por completo a área de combate. Os tatames devem ser de cores diferentes para demarcar visualmente o final da área de combate e início da área de segurança.

5.3.2 Composição

As competições serão compostas por diversos elementos facilitadores de execução, tais como: cadeiras e mesas para acomodar toda equipe de trabalho; cronômetros para controle do tempo de luta – deve haver sempre um cronometro reserva para cada utilizado no evento; placares (dois por área de combate) situados na área de segurança em local de fácil visualização de árbitros, membros da comissão e demais espectadores.

Conforme determinações da confederação brasileira de Jiu-Jitsu o placar é exibido horizontalmente e possui a seguinte marcação: 4 pontos para montada e pegada pelas costas; 3 pontos para passagem de guarda; 2 pontos para queda, raspagem e joelho na barriga; haverá cálculo do número de vantagens que o atleta obtiver durante a luta – mas não haverá acúmulo suficiente de vantagens que ultrapasse qualquer ponto recebido; cada vez que o atleta for punido será marcado -1 no seu placar, em um campo específico para punições, junto ao número de pontos.

Será utilizado um instrumento denominado *medidor* para verificar o comprimento das unhas do atleta e assegurar que o kimono dos competidores esteja de acordo com o padrão exigido pela CBJJ.

Não será permitido, por parte dos atletas o uso de sapatilhas, protetores de orelhas nem outros protetores que possam prejudicar o bom andamento das lutas, bem como o uso de qualquer tipo de camisa por baixo do kimono.

Segundo a confederação brasileira de Jiu-Jitsu haverá nas competições, as *mesas diretoras*, que devem estar à frente da área de luta, é indicado que haja uma mesa diretora para cada área de combate. Sua atribuição é coordenar os trabalhos da competição e será integrada pelo locutor controlador das chaves, mesário e autoridades competentes que se julgar necessário – número variável de acordo com a vultuosidade do evento. Paralelas à mesa diretora deverão ser posicionadas cadeiras utilizadas exclusivamente pelos árbitros e anotadores, ao lado haverá uma mesa que será ocupada pelo fiscal de arbitragem²⁸.

5.3.3 Arbitragem

Conforme a deliberação confederação brasileira de Jiu-Jitsu o combate será conduzido por um árbitro central, sob supervisão da comissão de arbitragem, e contará com o auxílio dos anotadores e cronometristas. O árbitro central será a autoridade máxima dentro do ringue, o comando da luta e a possível desclassificação de atletas durante o combate é incumbência dessa função. Os fiscais de arbitragem poderão solicitar a substituição do árbitro central quando julgarem que o mesmo não possui condições de dar continuidade à condução da luta, inclusive por motivo de erros seqüenciais de interpretação. Em casos especiais o Tribunal de Justiça Desportiva da CBJJ, poderá ser acionado a julgar e decidir sobre algum aspecto da luta, porém para se evocar essa interferência devem-se cumprir os prazos legais.

Antes do início do combate é responsabilidade do árbitro central assegurar-se de que tudo está correto, entre outros aspectos deve inspecionar área de combate, equipamentos, uniformes e higiene dos atletas. Deve atentar também para que não haja espectadores ou fotógrafos (bem como seus equipamentos) em posições que possam interferir na disputa.

²⁸ É atribuição do fiscal de arbitragem atentar para o bom andamento da arbitragem além de fiscalizar as credenciais dos atletas que estiverem competindo.

A confederação brasileira de Jiu-Jitsu define que é papel do árbitro central possibilitar o bom andamento da luta, não permitindo a interferência de terceiros na área de combate, mesmo os médicos, massagistas ou enfermeiros só poderão atuar quando solicitado e autorizado pelo árbitro. O árbitro central deverá permanecer na área de combate e proferir os comandos, certificando-se que suas decisões sejam corretamente registradas no placar. Sob ordenamento do árbitro central os elementos técnicos referentes à luta serão anotados, pelo anotador, em papeletas próprias de acordo com os pontos correspondentes. As anotações nos placares serão de responsabilidade do mesário, compete apenas ao árbitro central influenciar ou modificar essas anotações.

Para o início da disputa o árbitro central, na área de combate, se colocará em frente à mesa diretora e chamará o primeiro atleta, caso estejam com kimonos da mesma cor este receberá uma faixa verde e amarela para identificação da arbitragem e ocupará a posição a direita do árbitro, o outro atleta após ser chamado ocupará então o lugar a esquerda da arbitragem. Quando os atletas utilizam kimonos de cores diferentes o atleta de kimono azul ficará sempre do lado direito do árbitro e o atleta de kimono preto ou branco à esquerda; se um atleta estiver de kimono preto e o outro de kimono branco, aquele que estiver de preto ficará à direita. Após fazer as recomendações o árbitro poderá ordenar o início da luta dizendo: *“combate”*.

Conforme as regras da confederação brasileira de Jiu-Jitsu o árbitro central deve manter os lutadores no centro da área de combate, caso perceba que os lutadores estão muito próximos à linha divisória os conduzirá para o meio. Quando os lutadores estiverem com mais da metade do corpo para fora da área de combate deverá dizer energicamente a palavra *“Parou”* (seguido do gesto relativo a este comando) os lutadores não poderão se mexer até seja determinada a continuação da luta. Para dar sequência ao combate o árbitro poderá proceder de duas maneiras: puxar os atletas para o meio do ringue de maneira que permaneça a mesma posição em que estavam – caso haja necessidade poderá ser auxiliado exclusivamente pelo mesário; outra possibilidade (mais freqüente) é solicitar

verbalmente que os atletas se coloquem em pé e retornem para o centro da área de luta na mesma posição em que estavam.

Durante a luta o diálogo na área de combate é limitado, não deverá haver meios de acesso ao mesário e nenhum tipo de colóquio por parte do mesmo, em qualquer situação este deve remeter-se exclusivamente ao árbitro, que é o único autorizado a falar com os lutadores, anotadores e com a mesa diretora. A comunicação dentro das áreas de combate em competições se dá, em sua maioria, por meio de gestos; para integrar a equipe de trabalho desses eventos, deve ser pré-requisito estar atualizado quanto aos gestos e comando usados no ringue, ponto que deve ser observado pelos organizadores da competição.

Ao final do tempo estipulado para o combate o cronometrista deverá, imediatamente, emitir um sinal sonoro que indique claramente ao árbitro central o fim do tempo regulamentar. Após o término do combate o atleta que estiver em posição que vale ponto poderá receber – a critério do árbitro – uma vantagem, caso o ponto não tenha sido marcado; o atleta também poderá receber uma vantagem quando estiver em uma posição de finalização encaixada. Particularmente na queda deve ser dado o ponto, pois o domínio da mesma não esta ligada ao fator tempo.

Para definir o atleta vencedor o árbitro deve observar o placar quanto ao número de pontos marcados, vence aquele que obtiver maior somatória. Em caso de empate no número de pontos o primeiro critério utilizado para desempate é o número de vantagens de cada atleta, se ainda assim permanecer o impasse será considerado vitorioso aquele que tiver menor número de punições durante o combate. Caso todos os números da luta sejam idênticos, ou no caso dos atletas não obterem ponto durante a luta, cabe ao árbitro central indicar o atleta que apresentou o melhor desempenho e de acordo como regulamento deve dar a vitória àquele que julgue com maior ímpeto e virilidade durante a luta. No *Ju-Jitsu* não há empates, é atribuição do árbitro central determinar o vencedor da disputa, e sua decisão é soberana na área de combate.

O atleta será considerado vencedor a qualquer tempo na luta se o seu adversário perder os sentidos e isso ocorrer por meio de golpes permitidos como:

pressão, estrangulamento, quedas, ou em casos de acidentes em que não tenha cometido *falta intencional de desclassificação*.

Em certas competições, a critério da CBJJ²⁹, utilizam-se três árbitros atuando simultaneamente na área de combate, da seguinte maneira: um árbitro central e dois laterais, todos com poderes equivalentes sob a luta. Haverá para tanto o critério de maioria absoluta, ou seja, será tomada como certa a postura que for convergente a opinião de dois árbitros, e quando não houver essa convergência será adotado seu intermédio. Para exemplificar imagina-se que em determinada luta o árbitro central marque ponto para uma ação do atleta, um dos árbitros laterais marca vantagem e o outro árbitro lateral não marca nada; é concedida ao atleta a vantagem que é o intermédio da situação.

5.3.4 Gestos

Para compreensão visual de suas ações o árbitro deve gesticular quando desejar que seja efetuada alguma marcação. Para começar a luta o árbitro posiciona os atletas frente a frente e estica um dos braços em direção a mesa diretora, até a altura dos ombros, ao abaixar o braço deve dizer a palavra “*combate*”.

Conforme a confederação brasileira de Jiu-Jitsu, para indicar pontuação a um atleta o árbitro deve levantar a mão correspondente ao lado em que o atleta iniciou o combate, e seus dedos devem indicar o número de pontos a serem marcados. As vantagens são aferidas quando o árbitro estica o braço correspondente ao lado em que o atleta a ser favorecido iniciou o combate, na altura dos ombros. Para que sejam atribuídas penalidades o árbitro dobrará seus braços na altura do peito e com os punhos fechados fará movimentos circulares com os antebraços, para indicar qual atleta receberá a punição deverá levantar o braço na altura do ombro com a mão fechada correspondente ao lado em que o atleta iniciou o combate.

²⁹ Confederação Brasileira de *Jiu-Jitsu*

Para sinalizar ao competidor a *amarração da luta*³⁰, o árbitro coloca as mãos em cima dos antebraços na altura do peito apenas como um alerta, na reincidência da ação o árbitro poderá punir de acordo com a regra pertinente a amarração. Para desclassificar um atleta o árbitro cruzará os dois braços no alto e apontará para combatente a ser eliminado. O árbitro poderá retirar um ponto que concedeu, esticando o braço correspondente ao lado em que o atleta iniciou o combate, para o alto e balançando-o.

Para interromper a luta, conforme as regras da confederação brasileira de Jiu-Jitsu, o árbitro deve abrir os dois braços ao mesmo tempo na altura do ombro. Para descontinuar o tempo de luta o árbitro colocará uma mão em baixo da outra em forma de “7”, determinando assim que o mesário interrompa o tempo durante o período por ele estipulado.

5.3.5 Desistência

A confederação brasileira de Jiu-Jitsu considera desistência a situação em que um dos competidores abdica de continuar a luta antes que o tempo de combate termine, comprovando-se a superioridade técnica de um dos atletas sob seu adversário. A desistência ocorre nas seguintes hipóteses:

- Quando um dos atletas dá *duas batidas* com a palma da mão no adversário, no chão ou em si próprio, de forma manifesta e visível;
- Quando o atleta está com as mãos e os braços presos pode desistir dando duas batidas com os pés no chão;
- Quando o atleta recebe um golpe do adversário e grita ou fala “Ai”, será interpretado como se estivesse batendo no chão.
- Quando o atleta está com as mãos, braços e pernas presas, poderá pedir verbalmente ao árbitro que pare a luta;
- Quando um atleta alega estar sentindo câimbras interpreta-se como se estivesse desistindo do combate;

³⁰ Expressão utilizada quando um dos atletas está evitando o combate, limitando as possibilidades da luta

- Quando o atleta se acidentar ou a qualquer tempo sentir que não tem condições técnicas ou físicas de continuar o combate, pode desistir pedindo ao árbitro que pare a luta;
- O professor ou técnico dos atletas tem poder para solicitar ao árbitro o fim de um combate, reconhecendo a derrota devem dirigir-se ao árbitro em voz alta e firme, pedindo o fim da luta ou ainda jogando a toalha no ringue;
- Em todas as categorias o árbitro, ao verificar um golpe perfeitamente encaixado poderá interromper a luta e dar a vitória ao atleta que está em vantagem; porém deve intervir apenas quando percebe que o competidor em desvantagem não irá se pronunciar e devido a isso estará exposto a sérios danos físicos;
- Quando o árbitro verificar que um dos atletas acidentou-se poderá decretar o fim do combate, desde que se comprove a impossibilidade do competidor continuar a luta, o que poderá ser feito de duas maneiras: por determinação do médico da competição, ou no caso de o atleta estar sangrando sem parar depois de dois pedidos médicos – a que tem direito – a vitória é atribuída ao adversário, desde que o acidente em questão não seja resultante de uma falta intencional que cause sua desclassificação.

5.3.6 Faltas

Conforme as normas da confederação brasileira de Jiu-Jitsu existem dois tipos de faltas: as faltas graves, que podem acarretar a desclassificação imediata do atleta, e as faltas que não são consideradas graves, das quais o atleta sofre punições e após a 3ª poderá ser desclassificado – a critério do árbitro.

Faltas graves:

À mesa, ao árbitro, ao público e ao adversário: proferir palavras obscenas ou de baixo calão; ter atitudes acintosas de imoralidade ou desrespeito.

Aplicar chave de calcanhar ou chave que torça o joelho, bate-estaca, tesoura e cervical, morder, puxar cabelos, golpes nos órgãos genitais ou olhos e golpes traumáticos como: socos, cotoveladas, joelhadas, cabeçadas, pontapé e etc.

Ao ter seu kimono inutilizado o atleta não o troque no prazo máximo determinado pelo árbitro, a fim de se evitar a interrupção excessiva da luta. Por exemplo: tendo em vista o risco de rasgar ou descosturar a calça é obrigatório o uso de sunga ou cuecas pôr baixo da calça do kimono, caso ocorra algumas destas hipóteses, o atleta terá um tempo determinado pelo Árbitro para vestir outra calça. Não o fazendo neste prazo, será desclassificado imediatamente.

Em certas idades existem golpes que não são permitidos, devido ao risco que oferecem aos competidores, quando o árbitro identifica que o atleta está tentando realizar um desses golpes pode desclassificá-lo imediatamente.

Quando o atleta sofrer um golpe bem encaixado e para evitar a desistência fugir deliberadamente para fora da área de combate. Neste caso configura-se a imediata desclassificação do competidor.

Faltas que não são consideradas graves:

Ajoelhar-se em área de combate, exceto quando já estiver segurando no kimono do adversário. Colocar os dedos na parte do kimono do adversário ao realizar a pegada ou segurar a faixa do oponente com as duas mãos

Quando intencionalmente o atleta retira seu kimono ou possibilita que o adversário o faça, a fim de paralisar a luta para descanso ou para evitar ataques.

Amarrar a luta, procurando evitar o combate direto: em pé fugindo para as extremidades ou pisando propositalmente fora da área de combate e no chão arrastando-se para fora do ringue ou levantando-se para impedir a sequência da luta no chão.

5.3.7 Kimono

A confederação brasileira de Jiu-Jitsu condiciona a participação dos atletas em campeonatos e competições à obrigatoriedade no uso de um kimono em boas condições – sem remendos ou rasgos – que deve obedecer ainda as seguintes determinações da própria confederação:

- O tecido do kimono deve ser em algodão resistente ou material similar, que não pode ser muito espesso ou duro a ponto de dificultar que o oponente possa fazer a pegada.

- Para as categorias: juvenil e adulto é obrigatório o uso de kimono com tecido específico denominado *trançado*.
- As cores do kimono devem ser: azul, preto ou branco, não podendo haver combinação das peças.
- O paletó³¹ deve ir até as coxas e alcançar, no mínimo, a altura dos punhos quando o atleta estiver com os braços completamente estendidos a frente do corpo.
- A manga deverá ter uma “*folga*” de acordo com a medida oficial da CBJJ³² entre a manga e o braço em toda sua extensão.
- Deverá ser usada sobre o paletó uma faixa resistente, com a ponta preta, amarrada com um nó duplo na altura da cintura e suficientemente apertado para impedir que o paletó se solte. A faixa deve ter de 4 a 5 cm de largura e sua cor ser correspondente a graduação do atleta.
- É proibido ao atleta masculino utilizar camisa pôr baixo do kimono, contrariamente para a categoria feminina esse quesito é uma obrigatoriedade.
- A única pintura autorizada no kimono é a logomarca da academia ou do patrocinador do atleta.
- O atleta deve utilizar durante todo o evento o mesmo kimono com que foi pesado para classificação nas categorias por peso, caso ocorra algum incidente com a vestimenta deve solicitar ao árbitro ou ao fiscal de arbitragem autorização para efetuar a troca.
- Os locais para colocação dos patches³³ nos kimono são previamente definidos³⁴ seguindo especificações da Confederação Brasileira de Ju-Jitsu. O patch deverá ser de algodão e estar devidamente costurado ao kimono, caso esteja solto ou em lugares não permitidos será retirados pelos árbitros

³¹ Parte de cima da composição do kimono.

³² Largura da manga em todo seu comprimento: 7,0 cm.

³³ Patch ou emblema consiste num pedaço de tecido de qualquer formato, mas normalmente retangular ou circular, com uma inscrição de um símbolo, slogan ou imagem que é preso ou costurado em peças de vestuário

³⁴ Ver anexo nº 13

e fiscais de arbitragem, o atleta que não permitir a ação dos organizadores não poderá lutar.

A qualquer competidor que descumpra os requisitos na apresentação do kimono será negado o direito de participar das lutas e seu oponente será declarado vencedor.

5.3.8 Categorias

Segundo a confederação brasileira de Jiu-Jitsu a divisão das categorias se dá por idade e interfere, dentre outros aspectos no tempo que dura cada combate em competições oficiais.

Tabela 1 – Idade, categoria e tempo de duração das lutas

Idade	Categoria	Tempo de duração das lutas
4 a 6 anos	Pré-Mirim	2 min
7 a 9 anos	Mirim	3 min
10 a 12 anos	Infantil	4 min
13 a 15 anos	Infanto-Juvenil	4 min
16 e 17 anos	Juvenil	5 min
18 a 29 anos	Adulto	5 a 10 min*
30 a 35 anos	Master	5 ou 6 min*
36 a 40 anos	Sênior 1	5 min
41 a 45 anos	Sênior 2	5 min
46 a 50 anos	Sênior 3	5 min
51 a 55 anos	Sênior 4	5 min
Acima de 56 anos	Sênior 5	5 min

Fonte: Confederação Brasileira de *Jiu-Jitsu*.

* Variação do tempo atrelada à graduação dos competidores.

6. O JU-JITSU BRASILEIRO E O DESENVOLVIMENTO MOTOR

Ao observar o contexto do *Ju-Jitsu brasileiro* apresentado anteriormente, percebe-se que esta arte tem a potencialidade para ser utilizada nas aulas de educação física da educação infantil e do ensino fundamental com a promoção de adaptações pedagógicas, onde os estrangulamentos e as torções seriam utilizadas somente a partir dos 15 anos. Para possibilitar o sucesso da inserção dessa modalidade de luta no âmbito escolar é preciso considerar os pressupostos do desenvolvimento motor de cada faixa etária correlacionando-os com as peculiaridades do *Ju-Jitsu brasileiro*.

Segundo BRUM (p.14, 2001) e (TANI et al. , 1988, p 65), o desenvolvimento motor, quando considerado área de estudo, procura estudar as mudanças no comportamento motor de um indivíduo, desde o nascimento até a morte e relaciona as mudanças ocorridas com o fator tempo. O que torna o desenvolvimento um processo ininterrupto, que ocorre ao longo de toda a vida do ser humano. Nesse aspecto destaca-se a amplitude do *Ju-Jitsu brasileiro* como uma atividade que não exige que seus praticantes comecem o treinamento até determinada idade, é possível iniciar a prática desse esporte na adolescência, por exemplo, sem desvantagem para aqueles que o fizeram na infância. Se bem desenvolvido, o *Ju-Jitsu brasileiro* proporciona o sucesso desde os alunos mais jovens até os mais velhos que o praticam, sem distinção ou favorecimento quanto a idade de ingresso na modalidade e sim ao tempo de treinamento da mesma.

Segundo Borges (1987), os movimentos fundamentais possuem diferentes estágios e "são um aperfeiçoamento da fase dos movimentos rudimentares, representam o tempo (período) no qual as crianças estão envolvidas, ativamente na experimentação e exploração de suas capacidades motoras". Para utilizar a avaliação motora, torna-se essencial o conhecimento dos estágios ou níveis de execução dos movimentos. Esta fase está dividida em 3 estágios:

1º - Estágio inicial: o movimento é caracterizado por ausência de partes ou seqüência imprópria, uso restrito do corpo, coordenação e fluidez rítmica insuficientes.

2º - Estágio elementar: envolve maior controle, melhor coordenação e ritmo dos movimentos fundamentais. O padrão de movimento é restrito ou exagerado, ainda que melhor coordenado.

3º - Estágio maduro: é caracterizado pela eficiência mecânica, coordenação e performance controladas. (BORGES, 1987, p. 39)

Borges (1987) afirma que “durante o crescimento, naturalmente se define uma dominância lateral na criança: será mais forte, mais ágil do lado direito ou do lado esquerdo. A lateralidade corresponde a dados neurológicos, mas, também, é influenciada por certos hábitos sociais”. Para diminuir as consequências dessa dominância natural o *Ju-Jitsu brasileiro* pode ser utilizado como recurso pedagógico, pois não exige que a criança escolha um lado para treinar e nem permite que isso seja feito, promovendo portanto um trabalho igualitários da lateralidade infantil.

7. ESTÁGIOS DE DESENVOLVIMENTO MOTOR DE GALLAHUE E O JU-JITSU BRASILEIRO

Em seu artigo publicado em uma revista digital Maria Cristina Chimelo Paim (2003), discorre sobre o desenvolvimento motor, afirmando que ele pode ser entendido como o desenvolvimento progressivo das habilidades de movimento, ou seja, a abertura para o desenvolvimento motor é dada através do comportamento de movimento observável do sujeito.

Para Gallahue (2003), o processo de desenvolvimento motor se revela principalmente por meio de mudanças no comportamento motor. As crianças em idade pré-escolar e de ensino fundamental estão primeiramente envolvidas em aprender a como se mover eficientemente. É possível ver diferenças de desenvolvimento nos comportamentos motores causados por fatores biológicos e ambientais, por meio de mudanças no processo (forma) e no produto (desempenho). Portanto a melhor maneira de observar o processo de desenvolvimento motor é observando o desenvolvimento progressivo das habilidades de movimento.

Em outras palavras, a “janela” para o processo desse desenvolvimento é proporcionada pelo comportamento motor real das crianças. O ju-jitsu brasileiro poderá atuar como catalisador desses comportamentos observáveis, que nos apontam como se desenvolvem os processos motores. Uma variedade de fatores cognitivos, afetivos e motores influenciam e são influenciados pelo desenvolvimento das habilidades de movimento e são importantes de serem estudados.

Em seu modelo teórico, Gallahue (2003), apresenta o desenvolvimento da transacionalidade, a interação indivíduo, ambiente e tarefa. Com os domínios, cognitivo, afetivo e motor, o autor descreve seu modelo desde a fase dos movimentos reflexos até a fase dos movimentos especializados, no presente estudo buscou-se relacionar – quando possível – as fases de desenvolvimento com os elementos e técnicas do *ju-jitsu brasileiro*, buscando criar uma aplicabilidade escolar para essa modalidade de combate.

Fase do Movimento Reflexivo

São os primeiros movimentos que o feto executa interinamente e após o nascimento até o quarto mês de vida aproximadamente. São os movimentos involuntários que formam a base para as fases de desenvolvimento motor, por meio da atividade reflexa a criança adquire informação sobre o meio ambiente imediato. As reações ao toque, luz, sons e mudanças de pressão causam movimentos involuntários que, associados a uma crescente sofisticação do Sistema Nervoso Central nos primeiros meses de vida, tem importante papel em possibilitar à criança aprender mais sobre o seu mundo e sobre o mundo externo.

Os reflexos podem ser classificados como meios para buscar informações, alimento e proteção. São meios para busca de informações no sentido de que ajudam a estimular e desenvolver a atividade cortical. São meios para buscar a alimentação e proteção porque existe alguma evidência que são filogenéticos (natos). Reflexos primitivos tais como o de sucção e o moro são considerados por alguns estudiosos mecanismos primitivos de sobrevivência. Sem os mesmos, o recém nascido seria incapaz de obter alimentação. (GALLAHUE, 2003)

Fase de Movimentos Rudimentares

Os primeiros movimentos voluntários apresentados são os movimentos rudimentares, observados desde o nascimento até uma idade de aproximadamente dois anos. São ações biologicamente determinadas e caracterizadas por uma sequência altamente previsível na sua aparição. O desenvolvimento dessas habilidades é variável e está relacionado a fatores ambientais e biológicos. (GALLAHUE, 2003)

As aptidões de movimento rudimentar da criança representam a forma básica do movimento voluntário requeridos para a sobrevivência. Envolvem movimentos de estabilidade tais como o crescente aumento do controle da cabeça, pescoço e músculos do tronco; as tarefas manipulativas de alçar, pegar, soltar; e os movimentos locomotores de rastejar, engatinhar e caminhar.

A fase de desenvolvimento dos movimentos rudimentares pode ser subdividida em dois estágios que apresentam progressivamente altos níveis de controle do movimento: *estágio de inibição do reflexo* (até um ano de idade aproximadamente) e *estágio pré-controle*, que geralmente ocorre entre o primeiro e segundo ano de vida dos bebês.

Fase de Movimentos Fundamentais

Segundo Gallahue (2003), as habilidades do movimento fundamental na infância referem-se ao aprimoramento dos movimentos da fase rudimentar do movimento na criança. Essa fase representa a época da descoberta das possibilidades de desempenhar uma variedade de movimentos locomotores, de estabilidade e manipulativos, primeiramente isolados e depois combinados um com o outro. Crianças que estão desenvolvendo padrões fundamentais do movimento respondem com adaptabilidade e versatilidade a uma variedade de estímulos. Ganham maior controle no desempenho de movimentos discretos, seriados e contínuos, que se evidenciam na crescente fluidez e controle nos movimentos.

Padrões fundamentais de movimento são padrões básicos observáveis do comportamento. Atividades locomotoras tais como correr e saltar, atividades de

manipulação tais como arremessar e receber, e atividades de estabilidade tais como caminhar numa trave e equilibrar-se numa perna só - são exemplos das habilidades fundamentais do movimento que devem ser desenvolvidos durante a primeira parte da infância da criança.

Uma concepção errada sobre o conceito de desenvolvimento de habilidades de movimentos fundamentais é a noção de que essas habilidades são determinadas pela maturação e são muito pouco influenciados por fatores ambientais. Alguns autores que estudam o desenvolvimento infantil – em outros campos que não o desenvolvimento motor – escrevem sobre o desenvolvimento “natural” do movimento da criança ou habilidade para jogar sobre a idéia que meramente ao passar dos anos (maturação) irá desenvolver tais habilidades fundamentais do movimento. A maturação é essencial no desenvolvimento dos padrões de movimentos fundamentais, porém não deve ser considerada como única responsável, os fatores de oportunidade, motivação e instrução desempenham um papel importante sobre o grau atingido na ampliação dessas habilidades. (GALLAHUE, 2003)

Vários investigadores e pessoas que desenvolveram instrumentos para avaliação subdividem o movimento fundamental em uma série de estágios seqüenciais identificáveis. Para objeto desse estudo, baseado no modelo estabelecido por Gallahue (2003), a fase de movimentos fundamentais será apresentada a partir de três estágios: inicial, elementar e maduro.

1. Estágio inicial

O estágio inicial de uma habilidade da fase de movimentos fundamentais representa as primeiras tentativas orientadas com objetivo específico de desempenhar uma habilidade fundamental. O movimento é caracterizado por três partes seqüenciadas ou mesmo por ausência de partes, uso restrito ou exagerado do corpo, e pouca fluidez rítmica e coordenação. Em outras palavras, a integração espacial e temporal do movimento é pequena durante esse estágio, são geralmente identificados nos movimentos locomotores, manipulativos e de estabilidade de uma criança de dois anos. Algumas crianças podem estar além

desse nível no desempenho de alguns padrões de movimento, mas a maioria está em estágio inicial.

2. Estágio elementar

O estágio elementar envolve um maior controle e melhor coordenação rítmica dos movimentos fundamentais, os elementos temporais e espaciais do movimento são melhores coordenados, mas os padrões de movimento nesse estágio ainda continuam restritos ou exagerados, porém melhor coordenados. Crianças de inteligência e funcionamento físico normal tendem a avançar para o estágio elementar primeiramente por meio dos processos de maturação e depois ou concomitantemente sofrem as influências físicas dos estímulos e interações com o meio. As crianças de três ou quatro anos de idade revelam uma variedade de habilidades no estágio elementar. Muitos indivíduos falham em se desenvolver além do estágio elementar em muitos padrões de movimento e permanecem nesse estágio através da vida por falta de oportunidades para participar, motivação e instrução qualificada, o que pode ser possibilitado pelo ensino do *ju-jitsu brasileiro* por meio de suas técnicas.

Nesse estágio de desenvolvimento o Ju-Jitsu brasileiro pode ser aplicado de forma completamente adaptada, visando apenas a familiarização com o kimono, com o tatame e a aquisição da confiança no espaço onde decorre a prática.

3. Estágio maduro

O estágio maduro dentro da fase de movimentos fundamentais é caracterizado pelo desempenho de movimentos mecanicamente eficazes, coordenados e controlados. Segundo Gallahue (2003) a criança pode e deveria estar no estágio maduro entre cinco e seis anos de idade. Ao observar casualmente os movimentos da criança e adultos pode-se perceber que a maioria não desenvolve suas habilidades de movimento fundamental ao nível maduro. Mesmo que algumas crianças possam alcançar esse estágio primeiramente por meio da maturação e da mínima influência do meio ambiente, a maioria requer

oportunidades para praticar, motivação para aprender e instrução qualificado. É nesse sentido que a educação física atua promovendo oportunidades de aprimoramento motor. A ausência de possibilidades e influências do meio na vida do indivíduo pode dificultar ou até mesmo impedi-lo de alcançar o estágio maduro dentro dessa fase, o que irá inibir completamente o desenvolvimento da fase seguinte.

Nessa fase o Ju-Jitsu brasileiro adota procedimentos mais contextualizados com a prática real onde os alunos são capazes de realizar movimentos técnicos. O ensino possui as características do lúdico e adaptado para melhor ênfase nas atividades, correlacionado com a filosofia dessa arte marcial.

Fase de movimentos especializados

A fase do movimento motor especializado é uma resultante do aprimoramento da fase fundamental do movimento. Durante esta fase, o movimento ao invés de estar diretamente relacionado com o aprender a se mover, agora se torna instrumento que pode ser aplicado a uma variedade de jogos, esportes, danças, atividades recreativas e lutas – inclusive o *ju-jitsu brasileiro*. Esse é um período em que as habilidades locomotoras, manipulativas e de estabilidade são progressivamente refinadas, combinadas e elaboradas em uma ordem tal que possam ser utilizadas em uma crescente demanda de atividades. “Os movimentos fundamentais de saltar em um pé só e pular, por exemplo, podem agora ser aplicados a atividades de para pular corda, ao desempenho de uma dança folclórica e ao desempenho do salto triplo na pista e em competições.” (GALLAHUE, 2003, p. 105).

O surgimento e a expansão do desenvolvimento de habilidades de movimento especializado estão atrelados a uma variedade de fatores cognitivos, afetivos e psicomotores, como exemplo desses fatores podem ser citados: o tempo de reação, a velocidade de movimentos, coordenação, constituição corporal, altura e peso, costumes, pressão dos colegas e constituição emocional. Assim como a fase de movimentos fundamentais a fase de movimentos especializados também é dividida em três estágios: estágio transitório, estágio de aplicação e estágio de utilização permanente. (GALLAHUE, 2003)

Estágio transitório

O estágio transitório é geralmente observado em crianças com aproximadamente sete anos de idade, período no qual a criança começa a combinar e aplicar habilidades de movimentos fundamentais para desempenhar habilidades especializadas no esporte e em ambientes recreativos. Jogar bola e pular corda são exemplos de habilidades transitórias comuns, a diferença é que agora apresentam melhor forma e maior controle e precisão. "As habilidades motoras fundamentais, que foram desenvolvidas e refinadas para seu próprio melhoramento no estágio anterior, são aplicadas em brincadeiras, jogos e em situações da vida diária." (GALLAHUE, 2003, p. 106). As habilidades desse estágio são apenas as aplicações de movimentos fundamentais num formato um pouco mais complexo e específico.

Esse é um espaço de tempo animador para as crianças, pais e professores. Durante esse estágio as crianças estão ativamente envolvidas em descobrir e combinar numerosos padrões de movimento e habilidades, e ficam radiantes com suas habilidades que estão rapidamente se aumentando. O objetivo do pai e do professor durante esse estágio é de ajudar a criança a desenvolver e expandir suas habilidades e ter a prudência de orientar a criança para que não limite seu envolvimento a determinadas atividades apresentando a ela uma grande variedade de atividades relacionadas ao desporto. Um foco reduzido nas habilidades durante esse estágio é capaz de produzir efeitos indesejáveis nos últimos dois estágios da fase relacionada ao esporte.

Nesse estágio a aplicação do *ju-jitsu brasileiro* é um ponto positivo, pois atinge várias valências do desenvolvimento motor que podem ser aplicadas a outras lutas como o judô por exemplo e a outros conteúdos da educação física como esportes, jogos, a dança, possibilitando a variação necessária que esse estágio da fase de movimentos especializados requer.

Estágio de aplicação

Geralmente, dos onze aos treze anos de idade ocorrem algumas particularidades no desenvolvimento de habilidades do indivíduo. No estágio

anterior as limitadas habilidades cognitivas, afetivas e as experiências da criança associadas com o entusiasmo natural do ser ativo, fazem com que o foco normal (livre de influencia adulta) de desenvolvimento seja amplo e generalizado para uma série de atividades. No estágio de aplicação é crescente a sofisticação cognitiva e uma ampliada base de experiência, o que permite ao indivíduo tomar numerosas decisões de aprendizagem e capacitação baseadas numa variedade de fatores, como por exemplo, a pré-disposição subjetiva de relacionamento em grupo ou não que cada aluno possui vai fazê-lo optar pela prática mais freqüente de jogos em equipe ou de atividades que são realizadas individualmente.

Em outras palavras o indivíduo começa a tomar decisões conscientes baseadas numa variedade de gostos e desgostos, forças e fraquezas, oportunidades e restrições, para estreitar sua base de atividades específicas. “Há ênfase crescente na forma, habilidade, precisão e nos aspectos quantitativos do desempenho motor.” (GALLAHUE, 2003 p. 107).

O professor deve estar atendo para não consentir com o artifício de alunos para excluir definitivamente qualquer atividade proposta ao grupo por não ser aquela de sua preferência, o fato de possibilitar a apresentação das vontades individuais e tê-las respeitadas não isenta a participação do aluno na construção coletiva do saber e do desenvolvimento.

Estágio de utilização permanente

O estágio de utilização permanente começa em torno do décimo quarto ano de vida e continua durante toda a vida adulta, representa o ponto mais alto do processo de desenvolvimento motor e é caracterizado pelo uso dos movimentos adquiridos pelo individuo por toda a vida. “Em essência, o estágio de utilização permanente representa a cume de todos os estágios e fases precedentes.” (GALLAHUE, 2003, p. 107)

Ainda, segundo Gallahue (2003), o referencial de idade para cada fase de desenvolvimento motor deve ser entendido apenas como norteador, apenas ilustrando o conceito de apropriação etária. As crianças se comportam de maneira diferente dentre as diferentes fases de desenvolvimento, dependendo de suas experiências e interações sociais e de sua composição gênica. Por exemplo, é

inteiramente possível que uma criança de dez anos desempenhe a fase de movimentos especializados no estágio de utilização permanente as atividades de estabilidade envolvendo movimentos de ginástica e essa mesma criança, que consegue com dez anos equilibrar-se e realizar saltos em uma trave, estar desenvolvendo ainda a fase de movimentos elementares em seu estágio elementar atividades manipulativas ou locomotoras tais como arremessar, receber ou correr.

Nesse sentido o *ju-jitsu brasileiro* se diferencia de algumas modalidades, permitindo que as crianças que têm desenvolvimentos incomum se ajudem; aquele que tem mais facilidade em compreender certa técnica pode auxiliar o professor repassando isso ao colega que tem mais dificuldade naquele momento, sem interferir no andamento da aula ou no desenvolvimento da turma como um grupo.

8. PROPOSTA METODOLÓGICA PARA O ENSINO DO JU-JITSU BRASILEIRO.

Despertar o interesse na prática desportiva, não só do *Ju-Jitsu brasileiro*, é uma das funções do professor, visto que a prática constante da atividade física na infância, poderá perdurar durante a vida adulta. De acordo com os parâmetros curriculares nacionais (PCN's), as atividades de luta, assim como as atividades de outros conteúdos da área da educação física, tem por objetivo ultrapassar o simples ensinamento das técnicas para auxiliar na aquisição de atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade. O professor deve adotar e disseminar entre seus alunos uma postura igualitária, livre de qualquer preconceito ou discriminação social, sexual ou cultural (BRASIL, 1998). Nesse aspecto o *Ju-Jitsu brasileiro* pode auxiliar, pois sua filosofia retrata o respeito dentro e fora do tatame, e ainda, não há discriminação possibilitando treinamento e aprendizado para homens e mulheres, independente de seu biótipo físico e idade.

A educação física é uma disciplina que tem como finalidade oferecer aos alunos diferentes práticas corporais, desenvolver a sociabilização, respeitar características próprias e dos outros indivíduos do grupo, adotando atitudes de

respeito, dignidade e solidariedade, conhecendo, valorizando, respeitando e desfrutando da cultura corporal, adotando hábitos saudáveis de higiene, educação alimentar, para assim solucionar problemas de ordem corporal, conhecendo a diversidade de padrões de saúde, beleza e estética, reconhecendo-as como uma necessidade básica do ser humano e um direito do cidadão. (BRASIL, 1997).

O *Ju-Jitsu brasileiro* pode contribuir para o conhecimento dos limites e das possibilidades do próprio corpo, possibilitando formas de controle sobre as posturas e atividades corporais com autonomia, visto que é uma modalidade de combate em que a força utilizada para realização dos movimentos é feita por meio de alavancas, e depende do conhecimento corporal do seu praticante.

No ensino de uma modalidade de luta na escola deve-se focar a representação corporal, com características lúdicas utilizando jogos de oposição (Dos Santos, 2007)³⁵ atividades pertinentes a diversas manifestações das culturas humanas; respeitando as fases o desenvolvimento motor das crianças e transmitindo as técnicas por meio de uma atitude lúdica. Visto que o sucesso do aprendizado está ligado, entre outros fatores, à forma de ensinar atividades de esportes de combate sem especializar os educandos em técnicas repetitivas, e sim tornando as atividades de combate em jogos de oposição fazendo com que os conteúdos pedagógicos sejam divertidos e prazerosos levando ao educando a gostar do que esta sendo proposto³⁶, o ensino do *Ju-Jitsu brasileiro* deve ser realizado adequando a técnica do combate à atividades lúdicas, as quais as crianças necessitam para se apropriar do conhecimento.

A excelência no ensino do *Ju-Jitsu brasileiro* está na formação humana por meio dessa arte, para tanto se faz necessário o respeito e adequação às fases de desenvolvimento motor e cognitivo de cada criança. A utilização do “brincar” é apresentada como estrutura fundamental no ensino do *Ju-Jitsu brasileiro*, pois a introdução das técnicas dessa modalidade de maneira sistemática nessa fase dificultará a aceitação dessa luta no contexto educacional. Proporcional a

³⁵ Sérgio Luiz Carlos dos Santos, (2007) Apostila de Lutas Aplicadas a Educação Física. Curitiba: Secretaria Municipal de Educação.

³⁶ Sérgio Luiz Carlos dos Santos, (2007) Apostila de Lutas Aplicadas a Educação Física. Curitiba: Secretaria Municipal de Educação.

complexidade do processo metodológico é a dificuldade de assimilação do conteúdo apresentado, as atividades devem possuir flexibilidade para sua realização, ou seja, apresentar alternativas de execução adequando-se ao público para o qual estará sendo oferecido.

Segundo LE BOUCH (1986, p. 65-67), a utilização de exercícios de coordenação global permite que a criança crie sozinha sua experiência, sendo mais importante para a criança tatear experimentalmente do que obter resultados do trabalho realizado. A livre experimentação pela criança admite que sejam vivenciados de forma mais espontânea as atividades, evitando uma padronização de movimentos que poderia ser precoce em relação ao estágio de desenvolvimento em que se encontra. Utilizar uma metodologia mais específica torna-se viável quando a criança já teve a possibilidade de experimentar e vivenciar inúmeras variações de movimentos, prevenindo uma especialização precoce das técnicas.

A metodologia global é muito eficiente no ensino do *Ju-Jitsu brasileiro* devido à facilidade de aplicação e adaptação às diferentes circunstâncias e faixas etárias a que se destina, essa adequação deve condizer com nível de desenvolvimento motor que a criança apresenta. A criação de um sistema metodológico de instrução, realizando adaptações necessárias à realidade dos alunos viabiliza a qualidade de ensino. Na relação com os alunos é necessário adaptar as atividades proposta ou até mesmo criar novas atividades que compreendam o espaço físico, material didático e quantidade de praticantes, para que colaborem com o processo pedagógico. Atividades que correspondem à educação infantil podem ser desinteressantes para alunos do ensino fundamental, devido à diferença de idade e conseqüentemente experiências e interações sociais. Para os alunos que já praticam a modalidade desde os primeiros anos do ensino fundamental, pode-se, no intuito de desenvolver as técnicas e a motivação, utilizar desafios ao criar circunstâncias de jogos lúdicos, dentre outras atividades. (BRUM, 2001, p. 19). Observando esse fator, existem atividades lúdicas que apresentadas no intuito de familiarizar o aluno com situações presentes no contexto dessa arte. (VIDE ANEXOS X, X, X...)

9. METODOLOGIA

A metodologia utilizada no presente estudo foi baseada na investigação bibliográfica de caráter qualitativa, tendo sido consultando a vários autores especializados e seus contextos, utilizando vocabulário claro e não sendo necessário qualquer conhecimento técnico anterior . As consultas a obras e artigos científicos viabilizaram e enriqueceram a pesquisa sobre o ensino do *ju-jitsu brasileiro* direcionado a criança, especificamente às crianças nas escolas.

As fontes utilizadas evidenciaram aspectos do desenvolvimento da criança, abordando as fases de desenvolvimento motor. Artigos que também trouxeram a história e a filosofia do *ju-jitsu brasileiro*, contribuindo assim para maiores esclarecimentos quanto: à sua possibilidade de aplicação no contexto escolar e os mecanismos utilizados no intuito de auxiliar na formação da criança enquanto cidadão, tais quais os disciplinares, os de respeito ao próximo, ao companheiro de prática, as regras, etc.

Uma das dificuldades da pesquisa foi a restrição literária do tema o que acarretou em algumas modificações no direcionamento do trabalho para adaptar ao contexto do *ju-iitsu brasileiro*. Um instrumento de grande valia para conclusão com êxito do presente trabalho foi a Internet, que viabilizou valiosa parte do conteúdo relacionado ao *ju-iitsu brasileiro* e auxiliou na atualização de dados pesquisados. O presente trabalho caracteriza-se por ser exclusivamente de pesquisa de revisão e literatura. (THOMAS, 2002).

10. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como discutimos na nossa metodologia chegamos a conclusão que é totalmente viável propor o ensino do Ju-Jitsu nas escolas públicas e privadas, pois ~~já~~ ~~m~~ ~~de~~ estamos amparados pela atual legislação brasileira como preconizam os Parâmetros curriculares nacionais: educação física /Ministério da Educação. Secretaria da Educação Fundamental, pudemos constatar que a atividade do esporte de combate Ju-Jitsu pode será adaptada em jogos de oposição e proporcionar uma nova e agradável opção às práticas corporais, propiciando oportunidades de contatos, de trabalho com a sexualidade, de prática motora

diferenciada e de novos conteúdos pedagógicos para a tão desgastada educação física escolar, que no atual modelo vem repetindo paulatinamente os mesmos conteúdos dos já famigerados «quatro bols».

O Ju-Jitsu pode ser uma opção de inovação metodológica para os profissionais de educação física que entendam a cultura corporal com mais amplitude e atenção que ela merece.

Obviamente que para implementarmos esta atividade nas escolas, será necessário que forneçamos diversos cursos de capacitação continuada aos docentes de educação física que atuam na educação física escolar para fornecer subsídios dos conteúdos de Jogos de Oposição aplicados a Educação Física Escolar.

11. REFÊRENCIAS

BOHME, Maria Teresa Silveira. Desempenho e talento esportivos. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 18, n. esp., p. 89-100, 2004.

BORGES, Célio José. **Educação Física para o Pré-escolar**. 4. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 1987.

BRASIL, Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação Física – ensino de primeira a quarta séries**. Brasília: Secretaria de Educação Fundamental, 1997.

BRASIL, Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação Física – ensino de quinta a oitava séries**. Brasília: Secretaria de Educação Fundamental, 1998.

BRUM, César Daniel. **Ensino de Judô para crianças**. 2002. 53 f. Monografia (Graduação em Educação Física), Setor de Ciências Biológicas, Universidade federal do Paraná, Curitiba, 2001.

CONFEDERAÇÃO Brasileira de Jiu-Jitsu. <http://www.cbjj.com.br> . Acesso em 15 de julho de 2007, às 15:11.

DOS SANTOS, Sérgio Luiz Carlos. *Apostila de Lutas Aplicadas a Educação Física*. Curitiba: Secretaria Municipal de Educação, 2007.

FREIRE, João Batista. **Educação de Corpo Inteiro: teoria e prática da Educação Física**. 1 ed. São Paulo: Scipione, 1989.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescente e adultos**. São Paulo: Phorte Editora, 2003.

GRACIE, Renzo; GRACIE, Royler. **Brazilian Jiu-Jitsu**. Rio de Janeiro: Ediouro, 2003.

LACRAMPE, Y.; NERI, J.P. *La lutte, un jeu d'enfant*. Paris : CRDP –AMIENS, 2000.

LE BOULCH, Jean. **O desenvolvimento psicomotor: do nascimento aos 6 anos**. Traduzido por Ana Guardiola Brizolara. 7. ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1992.

LE BOULCH, Jean. **Rumo a uma ciência do desenvolvimento humano**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1987.

LEAL BINDA, H. **Jiu-Jitsu pai de todas as lutas**. Revisão e atualização: Reyson Gracie, 2000. Disponível em <http://www.geocities.com> . Acesso em 17 de julho de 2007 às 20:47.

O HISTÓRICO do Jiu-Jitsu. Disponível em <http://www.cdof.com.br> . Acesso em 18 de julho de 2007, às 19:52.

PAIM, Maria Cristina Chimelo. Reflexões sobre educação física escolar. Revista Kinesis, Santa Maria/RS, n. 26, p. 160-166, maio 2002.

SANTOS, Glaurea Basso dos. Processo de Alfabetização: Subsídios para um trabalho eficiente. 4. ed. São Paulo: Editora Ática, 1991.

SOLER, Reinaldo. Educação Física Escolar. Rio de Janeiro: Sprint, 2003.

TANI, G. et al. Educação física escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista. São Paulo: E.P.U., 1998.

THOMAS, Jerry R.; NELSON Jack K. Métodos de pesquisa em atividade física. Porto Alegre: Artmed, 2002.

WIKIPEDIA. <http://www.wikipedia.com.br> . Acesso em 15 de julho de 2007, às 13:52.

ANEXOS

ANEXO 1



ANEXO 2



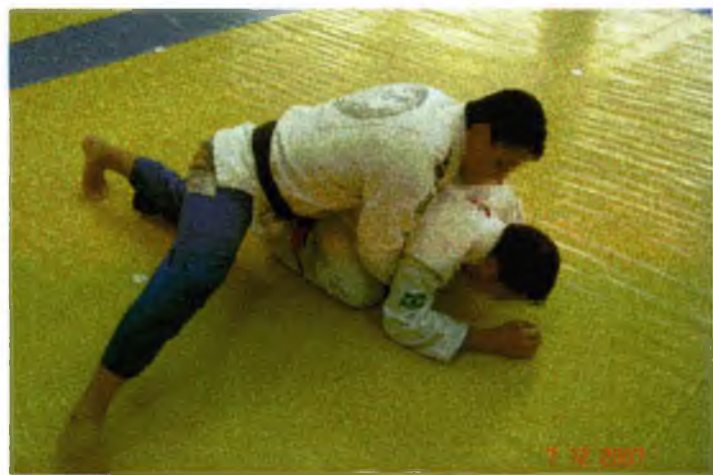
ANEXO 3



ANEXO 4



ANEXO 5



ANEXO 6



ANEXO 7



ANEXO 8



ANEXO 9



ANEXO 10



ANEXO11



ANEXO 12



ANEXO 13

